# 8 REGOLE PER LA SALUTE DEL PROF IVAN NEUMYVAKIN



RISANAMENTO NATURALE ALLA RUSSA, SENZA FARMACI

Il professore Ivan Pavlovich Neumyvakin (1928-2018) era il capo del programma di risanamento degli astronauti russi, celebre tra gli studiosi e i ricercatori di alto livello. Mise a punto un sistema di riequilibrio corporeo unico al mondo. Nel corso della sua attività ha saputo prendere il meglio della medicina russa, arricchendolo con suoi ritocchi e sue invenzioni. I risultati delle sue scelte sono straordinari, visto che per più di 50 anni gli astronauti non si sono ammalati, godendo invece di un proverbiale stato di salute. Il dr Neumyvakin è passato a miglior vita il 22 aprile 2018, ma i suoi metodi naturali rimangono a nostra disposizione e costituiscono un ulteriore tassello, un patrimonio dell'umanità.

## PERFETTA ARMONIA COL NOSTRO SISTEMA DI HEALTH SCIENCE

È stato ed è un grande piacere per me rendermi conto che il sistema del grande Neumyvakin è in perfetta linea col sistema Valdiano. L'unica differenza, più apparente che concreta, sta nell'assunzione di acqua. Fatto comprensibile poiché nelle navette spaziali non c'è posto per la frutta fresca. Come ben sappiamo nel nostro sistema ci si avvale di poca acqua minerale, ma si ricorre ad abbondante frutta acquosa carica di acqua biologica concentrata ad alto potere dissetante e idratante.

### 1. BERE ACQUA PURA LONTANO DAI PASTI

La chiave del sistema di risanamento naturale del professor Ivan Neumivakin è l'acqua pura lontano dai pasti. Se avete fame bevete. Dopo aver bevuto, per mezz'ora avrete tolto la fame, e poi bevete ancora. Solo quando avrete una forte fame, mangiate. Se non ne avete, non mangiate, fate riposare l'organismo. C'è ancora del cibo del mattino da digerire, se ne buttate sopra dell'altro, il cibo marcisce e va in putrefazione.

## PERCHÉ MAI BERE TANTA ACQUA?

L'acqua è il vero cibo umano, dal momento che siamo per tre quarti (75%) fatti di acqua. Dobbiamo bere a digiuno 1,5-2 litri di acqua fresca. Guardate alcune persone dopo 60-70 anni, quando iniziano a bere circa 2 litri d'acqua, le rughe si stirano e l'intestino lavora bene, le cellule si fanno il bagno nell'acqua, è la base della loro vita. L'acqua pura serve alla cellula, non deve spendere energia per pulirla. È l'acqua pura che restituisce la salute.

Solo l'acqua pulita e distillata va nelle cellule. Le acque minerali o gassate vanno prima ripulite. Il tè e il caffè alzano momentaneamente l'energia, ma aggravano la carenza d'acqua. L'acqua sporca va nella cellula che invece di ricevere l'energia deve prima ripulirla e stancarsi. Lo sporco si getta via ma di acqua ce ne resta poca. E l'energia destinata a depurare latita e manca. L'assunzione dei liquidi impuri causa arteriosclerosi, ipertensione, aritmia. Questa è la causa delle maggioranza delle malattie.

La medicina contemporanea opera con una benda sugli occhi e brilla solo per ignoranza e presunzione. Non nota che l'acqua è il miglior elettrolita, è energia pura. Senza l'acqua non funzionano i mitocondri, le stazioni idroelettriche o se volete i micro-forni che producono energia nella cellula a favore della cellula. Il primo organo che risente la mancanza dell'acqua è il cervello. Di qui l'irritabilità, il mal di testa, la stanchezza, gli scarsi risultati nello studio.

#### QUANDO BERE ACQUA?

Bere acqua nella giusta quantità e nel momento giusto. Non molti sanno che si deve bere 1-2 bicchieri d'acqua 10-15 minuti prima di mangiare. Non bisogna bere durante i pasti. Occorre poi aspettare 2 ore dopo mangiato prima di bere.

L'acqua durante il pasto diluisce i succhi gastrici e sposta troppo velocemente il cibo nell'apparato digerente impedendo quindi una corretta e completa digestione.

## QUALE TIPO DI ACQUA?

L'acqua deve essere pura altrimenti è nociva. L'acqua in bottiglia di plastica è acida, ha un PH 6,5-7 e quindi danneggia le cellule.

Per bere acqua pulita puoi fare così: alla sera riempi una brocca di vetro di acqua serve a far venire fuori il cloro e formare il sedimento. La mattina seguente ci sarà un sedimento, anche se invisibile agli occhi. Togliere accuratamente l'acqua di sopra, circa due terzi e metterla in una pentola sul fuoco fino a a prima della bollitura, spegnere quando si formano bollicine piccole.

È la cosiddetta bollitura fredda che conserva la sua struttura per tutto il giorno. Questa è l'acqua di cui hanno bisogno le cellule, in questo modo non devono consumare l'energia per pulirla. Se l'acqua è davvero pura, restituisce la salute alle persone.

## CONSEGUENZE DEL MAGGIORE APPORTO IDRICO

Bevendo acqua pura a stomaco vuoto lontano dai pasti e rimandando così la fame, si fa riposare l'organismo, si prolunga il digiuno notturno. La maggior parte del cibo che ingeriamo non nutre ma è frutto dello stress e della stimolazione delle ghiandole surrenali. Bere molto per alcuni giorni è il modo migliore per ripulire l'organismo.

Questo è il sistema della Medicina Spaziale Russa per essere sani senza medicine.

### 2. MASTICARE BENE IL CIBO

Siamo una catena di montaggio, e la bocca è una macchina per rimpicciolire e spezzettare il cibo. Dobbiamo non ingoiare il cibo, ma masticarlo molto bene, praticamente berlo.

Avete ingoiato il boccone senza masticarlo? Questo si copre solo superficialmente di acido cloridrico nello stomaco, non potendo penetrare dentro il boccone. Ma la cosa più grave è che questo acido si diluisce con l'acqua sbagliata che molti bevono a fine pasto.

Pertanto la sua concentrazione è ridotta e, come risultato, il cibo non si digerisce. Tutto ciò che avete mangiato diventa una scoria indigesta, prodotti di metabolismo non digeriti. Mangiamo poi 4-5 volte più del necessario. E tutto il cibo in più è un lavoro per i medici, se non oggi, lo sarà domani.

## 3. SCONFIGGERE LE MALATTIE, CANCRO E AIDS COMPRESI

Ci sono degli stati alterati legati alle scorie nell'organismo. In questo ambiente corporale patologico le cellule vivono in ambiente putrido e privo di ossigeno, cioè anaerobico. Ovvio che le cellule in tali condizioni sono costrette a mutare e a diventare cancerose. Le cellule cancerose ci sono pertanto in qualsiasi organismo, ma il sistema immunitario sano è in grado di sopprimerle, e lo fa regolarmente se non lo disturbiamo.

Se invece l'individuo è debole, queste cellule iniziano a moltiplicarsi e a sovra-crescere. In linea di principio, esse sono preziose e servono a rarci capire che il male e il bene coesistono, spingendoci a compiere le giuste scelte.

Cancro e cosiddetto AIDS sono quindi conseguenze e non cause. Se una persona è certa che il cancro è uno stato temporaneo, ha finalmente capito se stessa e non ha più paura e sfiducia in se stessa, per cui potrà liberarsi del fardello tumorale. Deve prima di tutto capire cosa ha fatto di sbagliato nella vita, capire i suoi errori, chiedere il perdono, e poi credere nella guarigione.

Abbiamo creato un centro di salute dove in tre settimane, senza clisteri e farmaci, purifichiamo l'ambiente interno dell'organismo. Spariscono le malattie come, per esempio, l'ipertensione. Come fate? Nessun segreto. Mangiando molto poco, assumendo piuttosto delle speciali tisane per depurare il sangue, il fegato, i reni e il pancreas. Due giorni di digiuno e due giorni di tisane.

## 4. IMPORTANZA DELL'INTESTINO

Occorre rilevare che avere un intestino sano è di importanza stratosferica, al pari del microbiota intestinale e dell'equilibrio batterico. L'intestino non solo elabora e distribuisce gli alimenti, liberandosi poi delle scorie da bravo organo emuntore, ma produce acqua ossigenata che è un potente antiossidante, e produce pure il fattore intrinseco B12.

L'intestino è collegato al cervello e contiene il 3° chakra, il chakra dell'ombelico e del plesso solare, il centro dell'attività emozionale, della volontà, della libertà, del carisma e dell'efficenza. Questo fa capire quanto sia importante la scelta accurata dei cibi, la loro

## 5. UTILIZZO DELL'ACQUA OSSIGENATA

Per prevenire e curare l'influenza usa l'acqua ossigenata. È un potente antiossidante e la produce l'intestino stesso, se è sano. Al prossimo AIDS, alla prossima peste annunciata, tipo l'influenza da virus dei polli o dei maiali, non servono assolutamente i vaccini. Al massimo, basta prendere un quarto di bicchiere d'acqua e aggiungervi alcune gocce di acqua ossigenata al 3%. Come

profilassi, si mettono delle gocce di questa soluzione nel naso, 2-3 volte al giorno. Questo cura anche l'influenza.

Ne avevo parlato già nella tesina: Le proprietà salutari dell'acqua ossigenata.

#### 6. QUANDO BISOGNA MANGIARE PER STAR BENE?

Colazione da re, pranzo da principi e cena da poveri. Questo è il primo principio fondamentale da seguire. Sempre tenendo presente che mangiamo 4-5 volte più del necessario.

Mangiare sempre prima delle 19 e almeno 4 ore prima di andare a letto. Infatti, se mangiate dopo le sette di sera, non sarete mai sani. L'insulina che secerne il pancreas alle 19, impiega due ore per trattare il cibo. Se avete mangiato qualcosa di dolce, l'insulina non permetterà l'innalzamento del livello dello zucchero oltre la norma. Ma a partire dal 21 il pancreas e lo stomaco devono dormire, e a quest'ora devono essere liberi dal cibo. A questo punto, passeranno la staffetta alla ghiandola pineale che rilascia la melatonina, alle 23.

Inoltre, il digiuno praticato periodicamente (16, 24, 36, 48 o 72 ore) stimola l'evacuazione delle tossine, migliora l'assimilazione dei nutrienti, la rigenerazione dei tessuti e rinnova e rafforza il sistema immunitario (Vedi anche mia tesina "<u>Digiuno Intermittente rimedio alla neurodegenerazione</u>").

## 7. ATTIVITÀ FISICA INTENSA INDISPENSABILE PER TUTTI

Fare attività fisica per precisi motivi funzionali di sopravvivenza. Attiva il metabolismo, favorisce l'ossigenazione dei tessuti, stimola il sistema linfatico e quindi l'azione purificante del sistema immunitario, stimola la fuoriuscita delle tossine, favorisce la purificazione del sangue.

I muscoli dentro i quali si trovano i vasi sono le pompe che spingono il sangue in su. Se il padrone del corpo non li cura, non fa lo sport, non allena i muscoli del tronco e delle gambe, arriva l'arteriosclerosi, arrivano le varici e tutto il resto.

Il sangue, in presenza delle scorie, si addensa e il cuore deve applicare molti sforzi per spingere questo sangue di pessima qualità. Prima sorge l'ipertrofia del ventricolo sinistro, poi le aritmie, poi l'infarto o l'ictus. Non ce la fa il cuore, a lavorare al posto di più di 500 muscoli che devono pompare il sangue. Il cuore deve lavorare con il sangue non denso ma fluido. Ma nessuno insegna come fluidificare il sangue stabilmente e senza farmaci.

### 8. RISPETTO DEI PRINCIPI SUPREMI E SPIRITUALI DELL'UNIVERSO

Sembrerebbe che tutto ciò non avesse a che fare con la religione. Ma oggi sia la religione sia la scienza giungono alle stesse conclusioni. Alla base dell'Universo c'è il principio supremo, è all'origine di tutti i fenomeni.

Questo principio supremo dovrebbe essere fondamentale anche per l'uomo. Noi però, abbiamo travisato anche le leggi supreme, concentrati sul materiale e dimentichi dello spirito. Se nell'anima il Dio è assente, si può prendere dalla vita tutto ciò che si vuole senza dare nulla in cambio. Ecco perché c'è troppo caos in noi e attorno a noi.

Non fate quindi agli altri ciò che non vorreste facessero a voi. Sappiate di essere una particella di tutto, tutto è interdipendente. Facendo del male al prossimo avete fatto del male a voi stessi. Uccidendo con il pensiero e con le azioni ciò che è intorno a voi, distruggete la vostre basi morali e spirituali.

La devastazione dell'anima conduce alle malattie del cuore, ad una morte prematura. Si può evitarlo smettendo di fare del male, iniziando a fare del bene, vivendo secondo le leggi morali.

#### COME MAI IL SUO METODO NON SI APPLICA DOVUNQUE COME MERITEREBBE?

Ho lavorato per decine di anni nella medicina spaziale e non potevo occuparmi anche della sanità pubblica, ma speravo che le persone di buon senso lo facessero. E infatti, terminati tutti i test, il ministero della salute dell'URSS aveva dato l'OK per la loro approvazione. Ma dopo il crollo dell'URSS, il ministero della salute della Nuova Federazione Russa aveva richiesto gli stessi test, ma già a nome suo, perché i risultati dei test sovietici non sarebbero validi.

Dove sta la logica?! Ero già in pensione e non avevo né forze né mezzi per rifare i test, e non avevo degli sponsor. E allora avevo capito che i sistemi di cura di uomini, animali, piante, suoli, non curano ma distruggono, però danno da mangiare a un mucchio di gente: ai produttori di medicine, di erbicidi e di chimica varia.

Propongo quindi di promuovere il mio sistema di risanamento. È stato bloccato nelle grandi città, laddove esiste una sviluppata rete di sanità pubblica. In periferia è meno forte e si potrebbe iniziare da lì. È stato fatto il progetto che permette al primario di un piccolo ospedale di campagna, insieme al suo staff, di risanare, nel corso di 3 settimane, 25-30 persone. Niente TAC, niente apparecchi: si tratta solo di liberare la gente dalla dipendenza farmacologica. Alla Duma, il parlamento russo, questa mia proposta è stata approvata. Ma poi non hanno trovato i soldi per la sua realizzazione.

La rinascita di una nazione inizia dalla terra, dall'amore per la natura, per tutto ciò che vive, dalla voglia di conservarlo per i posteri. Proprio dalla campagna deve arrivare la salute, e non dalle megalopoli dove la gente non sa nemmeno dove cresce il pane.

#### CONSIDERAZIONI FINALI

#### UNA GRANDE ANIMA DAVVERO

È un vero peccato che il prof Ivan Neumyvakin se ne sia andato. Avrei voluto intervistarlo di persona e tirarne fuori chissà quante altre verità. Ma in effetti le cose essenziali le ha espresse. La pensa esattamente come noi. Persona trasparente, ispirata, priva di collusioni con chicchessia.

Fare un lavoro di recupero scavando nella sua anima equivale a interrogare la nostra anima. La cosa migliore da farsi è leggerlo, capirlo e interpretarlo in modo corretto, intelligente e percettivo. Siamo di fronte a un medico integro e coerente. Un medico che pur essendo per decine di anni ai vertici mondiali della medicina spaziale, della medicina più avanzata, non ha subito l'immonda trafila manipolatoria di Big Pharma e dell'impero Rockefeller.

#### SISTEMA MEDICO CONTEMPORANEO GRAVE MINACCIA PER LA SALUTE UMANA

La Russia rimane una grande fucina di talenti originali e straordinari in diversi settori dello scibile, e in particolare modo nel campo della salute.

La medicina occidentale, com'è proposta oggi dai ministeri della salute colonizzati e schiavizzati in modo indecente dalle multinazionali, appare non solo inaffidabile, ma anche disadorna, monca, falsa ed estremamente diseducativa.

La devastazione dell'anima conduce alle malattie del cuore, ad una morte prematura. Si può evitarlo smettendo di fare del male, iniziando a fare del bene, vivendo secondo le leggi morali.

## COME MAI IL SUO METODO NON SI APPLICA DOVUNQUE COME MERITEREBBE?

Ho lavorato per decine di anni nella medicina spaziale e non potevo occuparmi anche della sanità pubblica, ma speravo che le persone di buon senso lo facessero. E infatti, terminati tutti i test, il ministero della salute dell'URSS aveva dato l'OK per la loro approvazione. Ma dopo il crollo dell'URSS, il ministero della salute della Nuova Federazione Russa aveva richiesto gli stessi test, ma già a nome suo, perché i risultati dei test sovietici non sarebbero validi.

Dove sta la logica?! Ero già in pensione e non avevo né forze né mezzi per rifare i test, e non avevo degli sponsor. E allora avevo capito che i sistemi di cura di uomini, animali, piante, suoli, non curano ma distruggono, però danno da mangiare a un mucchio di gente: ai produttori di medicine, di erbicidi e di chimica varia.

Propongo quindi di promuovere il mio sistema di risanamento. È stato bloccato nelle grandi città, laddove esiste una sviluppata rete di sanità pubblica. In periferia è meno forte e si potrebbe iniziare da lì. È stato fatto il progetto che permette al primario di un piccolo ospedale di campagna, insieme al suo staff, di risanare, nel corso di 3 settimane, 25-30 persone. Niente TAC, niente apparecchi: si tratta solo di liberare la gente dalla dipendenza farmacologica. Alla Duma, il parlamento russo, questa mia proposta è stata approvata. Ma poi non hanno trovato i soldi per la sua realizzazione.

La rinascita di una nazione inizia dalla terra, dall'amore per la natura, per tutto ciò che vive, dalla voglia di conservarlo per i posteri. Proprio dalla campagna deve arrivare la salute, e non dalle megalopoli dove la gente non sa nemmeno dove cresce il pane.

#### CONSIDERAZIONI FINALI

#### UNA GRANDE ANIMA DAVVERO

È un vero peccato che il prof Ivan Neumyvakin se ne sia andato. Avrei voluto intervistarlo di persona e tirarne fuori chissà quante altre verità. Ma in effetti le cose essenziali le ha espresse. La pensa esattamente come noi. Persona trasparente, ispirata, priva di collusioni con chicchessia.

Fare un lavoro di recupero scavando nella sua anima equivale a interrogare la nostra anima. La cosa migliore da farsi è leggerlo, capirlo e interpretarlo in modo corretto, intelligente e percettivo. Siamo di fronte a un medico integro e coerente. Un medico che pur essendo per decine di anni ai vertici mondiali della medicina spaziale, della medicina più avanzata, non ha subito l'immonda trafila manipolatoria di Big Pharma e dell'impero Rockefeller.

#### SISTEMA MEDICO CONTEMPORANEO GRAVE MINACCIA PER LA SALUTE UMANA

La Russia rimane una grande fucina di talenti originali e straordinari in diversi settori dello scibile, e in particolare modo nel campo della salute.

La medicina occidentale, com'è proposta oggi dai ministeri della salute colonizzati e schiavizzati in modo indecente dalle multinazionali, appare non solo inaffidabile, ma anche disadorna, monca, falsa ed estremamente diseducativa.

Non dimentichiamo che Big Pharma non è una invenzione dei cospirazionisti. Si tratta di una potentissima e strafottente lobby farmaceutica che domina, controlla e assolda il mondo accademico, le istituzioni e i media.

La scienza medica di casa nostra è totalmente manipolata da Big Pharma, sia nelle rubriche sanitarie televisive, che nelle varie cliniche di prestigio dislocate tra Roma, Milano e Aviano, che fanno ormai dell'Italia la Roccaforte Mondiale della Peste Bubbonica chiamata AIDS e della Chemioterapia.

La malattia è il terzo mercato più lucroso del pianeta dopo finanza e petrolio. Come affermato dal grandissimo filosofo e pedagogista austriaco Ivan Illich (1926-2002), il sistema medico contemporaneo è una grave minaccia per la salute dell'individuo e dell'umanità intera. Ma la cosa, per nostra fortuna, non riguarda Neumyvakin.